

LUNES

Estera de Pilates*
Jill
9-10AM

Yoga Suave y por
personas mayores*
Phoenix
10:45AM-12PM

Vinyasa Yoga
Jackie
6:30-7:30PM

MARTES

Yoga Principiantes*
Phoenix
9:15-10:30AM

Vinyasa Yoga
Cambell
6-7:15PM

MIERCOLES

Hatha Yoga Fluida*
Phoenix
9:15-10:30AM

Yoga Principiantes
Henry
6-7:15PM

JUEVES

Estera de Pilates*
Jill
9-10AM

Capoeira por niños
de 4 años en adelante
"Cipo" Moises
4-15-5PM

Meditación bilingual (por donación)
Watsonville Insight
6:30-7:30PM

VIERNES

Vinyasa Fluida*
Beth
9-10:15AM

Yoga Suave y por
personas mayores*
Phoenix
10:45AM-12PM

SABADO

Vinyasa Fluida*
Danielle
9-10:15AM

Danza Afuera - ZUMBA
en el parque Pinto Lake Condado***
variedad de maestras
10-11AM

DOMINGO

Vinyasa Fluida +
Estiramiento Profundo*
Beth
9-10:15AM

*** indica híbrida (en persona y ZOOM)**

*****indica \$10 por las clases afuera**

Este horario fue actualizado el 04/29/24

734 East Lake Avenue, #16, arriba las escaleras
Watsonville, CA 95076 tel: 831-713-9843

Obtenga más información en WWW.WATSONVILLE.YOGA

